



cancer.org | 1.800.227.2345

Vida después del diagnóstico de cáncer de orofaringe y de cavidad oral

Para muchas personas, el tratamiento efectivamente elimina o destruye el cáncer de cavidad oral o de orofaringe. Completar el tratamiento puede causarle tanto tensión como entusiasmo. Quizás sienta alivio al haber completado el tratamiento, aunque puede que le resulte difícil no preocuparse sobre la reaparición del cáncer. Esta preocupación es muy común si usted ha tenido cáncer.

Para otras personas, el [cáncer podría nunca desaparecer](#)¹ por completo. Es posible que algunas personas reciban tratamiento regularmente con quimioterapia o terapia dirigida u otros tratamientos para tratar de ayudar a mantener el cáncer bajo control. Aprender a vivir con un cáncer que no desaparece puede ser difícil y muy estresante,

Pregunte a su médico acerca de un plan de atención para pacientes después del tratamiento

Consulte con su doctor sobre el desarrollo de un plan de atención para después del tratamiento que sea adecuado para usted. Este plan puede incluir:

- Sugerir un calendario para pruebas y estudios de seguimiento
- Un programa calendarizado con las fechas para otras pruebas que pueda necesitar en el futuro, como [pruebas para la de detección temprana](#)² de otros tipos de cáncer
- Una lista de posibles efectos secundarios tardíos o a largo plazo de su tratamiento, incluyendo a qué prestar atención y cuándo debe comunicarse con su médico
- Algunas sugerencias de cosas que puede hacer para mejorar su salud e incluso quizás reducir su probabilidad de que el cáncer regrese, como su alimentación y nivel de actividad física
- Recordatorios de sus citas con su médico de atención primaria, quien estará a cargo de atender su salud general

Cuidados posteriores (consultas de seguimiento)

Las personas con cáncer de cavidad oral o de orofaringe tienen riesgo de que el cáncer vuelva y de padecer nuevos cánceres en el [área de la cabeza y el cuello](#)³. Por lo tanto, es necesario que se les dé seguimiento de forma rigurosa después del tratamiento. Su equipo de atención oncológica hablará con usted sobre las pruebas que debe hacerse y con qué frecuencia, según el tipo y [estadio](#)⁴ del cáncer, el tipo de tratamiento que recibió y la probabilidad de que vuelva el cáncer.

Luego de finalizar el tratamiento, es probable que tenga visitas de seguimiento con su

médico durante varios años. Es muy importante que acuda a todas sus citas de seguimiento. Durante estas visitas, sus médicos le preguntarán si está teniendo algún

Análisis de sangre: Si recibió un tratamiento con radiación al cuello, podría haber afectado su glándula tiroidea. Seguramente necesitará análisis de sangre regularmente para controlar el funcionamiento de la tiroides.

Estudios por imágenes: Se pueden utilizar radiografías de tórax y otros [estudios por imágenes](#)⁷ para detectar una recurrencia o un nuevo tumor, en especial si usted presenta nuevos síntomas.

Exámenes dentales: Las personas que reciben radiación también podrían presentar problemas de [resequedad bucal](#)⁸ y formación de caries, así que generalmente se recomienda realizarse exámenes dentales.

Problemas con la alimentación y nutrición: Los cánceres de boca y garganta y sus tratamientos pueden algunas veces causar problemas, tales como pérdida o cambio en el sentido del gusto, boca seca o incluso pérdida de dientes. Esto puede hacer más difícil comer, lo que puede causar pérdida de peso y debilidad debido a la pobre nutrición.

Puede que algunas personas necesiten cambiar los alimentos que consumen durante y después del tratamiento o necesiten suplementos nutricionales para ayudarles a obtener la nutrición necesaria. Algunas personas incluso necesitan una sonda de alimentación en el estómago al menos por un corto tiempo durante y después del tratamiento.

Un equipo de médicos y nutricionistas puede trabajar con usted para ayudarle a atender sus necesidades nutricionales particulares. Esto puede ayudar a mantener su peso y a recibir los nutrientes que necesita. Puede que también le orienten sobre ejercicios de deglución que le ayuden a mantener esos músculos funcionando y aumentar su probabilidad de comer normalmente después del tratamiento. Si la sequedad de la boca dificulta comer, puede que su médico recomiende un sustituto de saliva.

Rehabilitación del habla, la audición y la deglución: La radiación, la cirugía y ciertos medicamentos de quimioterapia pueden resultar en problemas con el habla, la deglución y la audición. Los terapeutas del habla tienen conocimiento sobre los problemas de habla y deglución, y pueden ayudarle a aprender a manejarlos. También podría necesitar consultar con un audiólogo (un especialista en audición) para conversar sobre dispositivos para mejorar su audición, en el caso de que se haya visto afectada por el tratamiento.

Mantenga un seguro de salud y guarde copias de sus informes médicos

Aun después del tratamiento, es muy importante mantener un seguro médico. Las pruebas y las consultas médicas son costosas y, aunque nadie quiere pensar en el regreso de su cáncer, esto podría ocurrir.

En algún momento después del tratamiento del cáncer, es posible que usted tenga que consultar con otro médico que desconozca sus antecedentes médicos. Es importante que [guarde copias de sus informes médicos](#)⁹ para que proporcione a su nuevo médico los detalles de su diagnóstico y tratamiento.

¿Puedo reducir el riesgo de que el cáncer de cavidad oral o de orofaringe progrese o regrese?

Si usted tiene (o ha tenido) cáncer de cavidad oral o de orofaringe, probablemente quiera saber si hay medidas que pueda tomar para reducir el riesgo de que el cáncer crezca o regrese, como hacer ejercicio, comer cierto tipo de alimentos, o tomar suplementos nutricionales. Lamentablemente, aún no está claro si existen medidas que usted pueda tomar que sean útiles.

Deje de fumar: Se sabe que fumar durante el tratamiento del cáncer reduce el beneficio del tratamiento, lo cual puede aumentar su riesgo de que el cáncer regrese (recurrencia). Fumar también aumenta el riesgo de desarrollar un nuevo cáncer relacionado con el tabaquismo (vea Segundos cánceres debajo). Los sobrevivientes de los cánceres de cavidad oral y de orofaringe que siguen fumando también tienen una mayor probabilidad de morir a raíz del cáncer. **Dejar de fumar para siempre es la mejor manera de mejorar su supervivencia. Nunca es tarde para abandonar el hábito.**

Adoptar conductas saludables, tales como [comer bien](#)¹⁰, [hacer ejercicio físico de forma habitual](#)¹¹ y [mantener un peso saludable](#)¹² podría ayudar, aunque nadie lo sabe con certeza. Sin embargo, sí sabemos que estos cambios pueden tener efectos positivos en su salud que pueden ser mayores que su riesgo de padecer cáncer de cavidad oral o de orofaringe o de otros tipos de cáncer.

Suplementos alimenticios

Hasta el momento, ningún suplemento dietético (incluyendo vitaminas, minerales y productos herbarios) ha demostrado claramente que ayude a reducir el riesgo de que el cáncer de cavidad oral o de orofaringe progrese o regrese. Esto no significa que los suplementos no sean útiles, aunque es importante saber que ninguno ha demostrado que lo sea.

Los suplementos nutricionales no están regulados como los medicamentos en los Estados Unidos. No hace falta demostrar su eficacia (ni su seguridad) antes de venderlos, aunque hay límites sobre lo que pueden afirmar que pueden hacer. Si está considerando tomar algún suplemento nutricional, hable con su equipo de atención médica. Ellos pueden ayudarle a decidir cuáles puede utilizar en forma segura y evitar aquellos que puedan ser perjudiciales.

Si el cáncer regresa

Recibir tratamiento contra el cáncer de cavidad oral o de orofaringe no significa que no pueda desarrollar otro cáncer.

Los sobrevivientes de cánceres de orofaringe pueden padecer cualquier tipo de segundo cáncer, aunque tienen un mayor riesgo de:

- [Cáncer de pulmón](#)¹⁷
 - [Cáncer de esófago](#)¹⁸
 - [Cánceres de laringe y de hipofaringe](#)¹⁹
 - Cáncer de cavidad oral (incluyendo la lengua y la boca)
 - Otro cáncer de orofaringe (esto es diferente que el regreso del primer cáncer)
 - [Cáncer de páncreas](#)²⁰
 - [Cáncer de los conductos biliares](#)²¹
 - [Cáncer de ano](#)²²
 - [Cáncer de cuello de esófago](#)²³
 - [Cáncer de colon](#)²⁴
-

Muchos de estos tipos de cáncer también están relacionados con el tabaquismo y el consumo de alcohol, los cuales también son factores de riesgo importantes para el cáncer de cavidad oral.

Qué puede hacer para reducir el riesgo de un segundo cáncer

Deje de fumar

Muchos de estos cánceres están vinculados al consumo de tabaco. De hecho, el cáncer de pulmón, un cáncer estrechamente vinculado al tabaco, es el segundo cáncer más común en las personas con un historial de cáncer de boca o la garganta.

Aunque no sea fácil de lograr, dejar el tabaco puede disminuir el riesgo de muchos problemas de salud, incluyendo otro cáncer. Las personas que dejan de fumar tienen un menor riesgo de cáncer de pulmón, esófago, laringe, hipofaringe, cavidad oral y orofaringe que aquellas que continúan fumando. Consulte [Cómo evitar el tabaco](#)³⁹ para aprender más sobre cómo dejar el tabaco.

Cuidado de seguimiento después del tratamiento

Después de completar el tratamiento para el cáncer de cavidad oral o de orofaringe, aún debe consultar a su médico con regularidad. Su médico puede ordenar exámenes para identificar signos de que el cáncer ha regresado o se ha propagado. Estos exámenes también son útiles en la búsqueda de algunos cánceres posteriores, particularmente un nuevo cáncer de pulmón o cáncer de boca o de garganta. Los expertos no recomiendan ningún otro examen para detectar un segundo cáncer en las personas que no presentan síntomas. Informe a su médico acerca de cualquier cambio o problema que note, ya que podría deberse a que el cáncer está regresando, a una nueva enfermedad o a otro cáncer.

Los sobrevivientes del cáncer de orofaringe y de cavidad oral deben seguir las [guías sobre la detección temprana del cáncer de la Sociedad Americana Contra El Cáncer](#)⁴⁰.

Para mantener una buena salud, los sobrevivientes también deben:

- Lograr y mantener un peso saludable
- Mantenerse [físicamente activos](#)⁴¹ y limitar el tiempo que pasan sentados o acostados
- Seguir un [patrón de alimentación saludable](#)⁴² que incluya muchas frutas, verduras

14. www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/recurrencia-del-cancer.html
15. www.cancer.org/es/cancer/survivorship/be-healthy-after-treatment/life-after-cancer.html
16. www.cancer.org/es/cancer/supervivencia/preocupaciones-de-salud-a-largo-plazo/recurrencia-del-cancer.html
17. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-pulmon.html
18. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-esofago.html
19. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-laringe-e-hipofaringe.html
20. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-pancreas.html
21. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-del-conducto-biliar.html
22. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-ano.html
23. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-cuello-uterino.html
24. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-colon-o-recto.html
25. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-colon-o-recto.html
26. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-estomago.html
27. www.cancer.org/es/cancer/tipos/leucemia-mieloide-cronica.html
28. www.cancer.org/es/cancer/tipos/linfoma-hodgkin.html
29. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-tiroides.html
30. www.cancer.org/es/cancer/risk-prevention/diet-physical-activity/alcohol-use-and-cancer.html
31. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-pulmon.html
32. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-esofago.html
33. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-laringe-e-hipofaringe.html
34. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-estomago.html
35. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-higado.html
36. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-colon-o-recto.html
37. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-colon-o-recto.html
38. www.cancer.org/es/cancer/tipos/cancer-de-cuello-uterino.html
39. www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/tabaco.html
40. www.cancer.org/es/cancer/pruebas-de-deteccion/guias-de-la-sociedad-americana-contr-el-cancer-para-la-deteccion-temprana-del-cancer.html
41. www.cancer.org/es/cancer/risk-prevention/diet-physical-activity/get-active.html
42. www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/alimentacion-y-actividad-fisica/guias-sobre-nutricion-y-actividad-fisica-para-la-prevencion-del-cancer.html

Nuestro equipo está compuesto de médicos y enfermeras con postgrados y amplios conocimientos sobre el cáncer, al igual que de periodistas, editores y traductores con amplia experiencia en contenidos médicos.

La información médica de la American Cancer Society está protegida bajo la ley *Copyright* sobre derechos de autor. Para solicitudes de reproducción, por favor refiérase a nuestra Política de Uso de Contenido (www.cancer.org/about-us/policies/content-usage.html) (información disponible en inglés).

cancer.org | 1.800.227.2345